JS

DAS EVANGELISCHE MAGAZIN
FÜR JUNGE SOLDATEN UND SOLDATINNEN

Nr. 11
2026

Fragebogen
Was junge Männer antworten

Endzeit
Games, die Mut machen



WAS BLEIBT

Wie Soldaten an verstorbene Kameraden erinnern

ZU GEWINNEN
Nintendo Switch Lite

Sorgen um die Zukunft

Drei junge Männer sagen, wie sie den Fragebogen zur Wehrerfassung beantwortet haben – und ob sie bereit sind, Soldat zu werden. Einer sagt: „Im Ernstfall ja, aber jetzt möchte ich studieren.“ Der zweite, dessen Eltern vom Balkan geflohen sind, sagt: „Auf jeden Fall. Ich möchte dem Land, das mir so viel ermöglicht hat, etwas zurückgeben.“ Der dritte sieht nichts Verteidigungswürdiges, weil so vieles ungerecht zugehe und er sich um seine Zukunft sorge. Kämpfen würde er nur im äußersten Notfall, um Menschen in seinem Umfeld zu beschützen (Seite 13).

Die Antworten zeigen, wie unterschiedlich junge Menschen auf die Bundeswehr und Deutschland blicken. Die Politik muss ihre Zukunftssorgen ernst nehmen – auch, um den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken, der gerade in Krisenzeiten besonders wichtig ist.

Menschen mit Migrationshintergrund haben übrigens ein überdurchschnittlich positives Bild von der Bundeswehr. Und sind längst ein unersetzlicher Teil der Truppe.



Sebastian Drescher,
LEITENDER REDAKTEUR

AUS DER REDAKTION



Vor drei Jahren lernte JS-Autorin Katharina Müller-Güldemeister die blinde Pfarrerin **Christina Ernst** (rechts) kennen, um über ihren **Umgang mit Krebs** zu schreiben. Sie freundeten sich an, gingen segeln, besuchten Museen und den Reichstag. In Sprachnachrichten erzählten sie sich aus ihren Leben. Zuletzt sprachen sie auch viel darüber, wie Christina sich das Sterben vorstellt – und was sie sich dafür wünscht (Seite 28).



Illustrator **Matthias Schardt** hat die Zeichnung auf unserem Cover gestaltet. Er arbeitete dabei sowohl von Hand als auch digital. Der Wald im Hintergrund ist eine eingefärbte Malerei. Besonders wichtig waren ihm die Kraniche am Himmel: „Sie stehen für mich für etwas Positives“, sagt er.

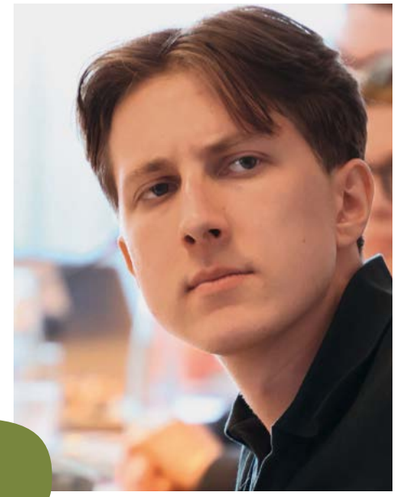
FOLGT UNS AUF INSTAGRAM: jsmagazin

JS

INHALT



8 **Was bleibt**
Erinnern an verstorbene Kameraden



13 **Fragebogen**
Was junge Männer antworten

4 **EINBLICK**

DIENST

6 **MAGAZIN**

8 **STILLES GEDENKEN**
Trauer um verstorbene Kameraden

13 **MÖCHTEN SIE SOLDAT WERDEN?**
Wie junge Männer den Fragebogen beantworten

16 **MEINE WELT**
Die JS-Fotostory

INFOGRAFIK

18 **ISS DICH FIT**
Gesunde Proteine für Sportler



Fotos: Tim Wegener, privat(3), Matthias Schardt Frostpunk / 11 Bit Studios
Cover: Matthias Schardt

LEBEN

20 **MAGAZIN**

22 **SPIELEND AUS DER KRISE**
Games zur Klimakrise

26 **DIE RUHESTIFTER**
Ehrenamtliche Seelsorger am Flughafen

28 **ICH STERBE**
Und jeder Tag ist Sonntag

30 **RÄTSEL**
Nintendo Switch Lite zu gewinnen! Plus Sudoku, Impressum

SEELSORGE

31 **TERMINE**
Rüstzeiten für Skifahrer und Musicalfans; Personalmeldungen

32 **AUFTANKEN BEIM PFARRER**
Wie ein Gottesdienst am Standort oder auf Übung abläuft

34 **WAS IHR WOLLT**
Die JS-Lieblingsliste, diesmal aus Roth und Fürstenfeldbruck

35 **WISSEN**
Gesundheitsgrundakte

36 **VORSCHAU, CARTOON**

22 **Endzeit**
Games, die Mut machen

PAARLAUF

Ein kalter Herbstmorgen: aufstehen und loslaufen. Wer ein gemeinsames Tempo findet, hat schon gewonnen. Und Sport mit dem Partner kann sogar der Beziehung guttun, wie Studien zeigen.

Foto: Christof Stache / AFP / Getty Images



Der Umgang mit Extremisten in der Bundeswehr war wiederholt Thema in JS. Jetzt berichtet der „Spiegel", dass der Militärische Abschirmdienst (MAD) neue Bewerber für die Truppe mit Hilfe Künstlicher Intelligenz (KI) durchleuchtet. Die KI soll beim Verfassungstreue-Check mögliche extremistische Einstellungen erkennen. Dafür werden etwa Profile in sozialen Medien nach auffälligen Symbolen oder Verbindungen zu extremistischen Gruppen durchsucht.

FÖRMLICHE ANERKENNUNG



Angriff auf Supermärkte: Im Oktober haben Hacker die Kühl- und Gefrierschränke in Hunderten französischen Supermärkten abtauen lassen. **Tonnen von Lebensmitteln** mussten daraufhin entsorgt werden. Wer dahintersteckt, war zum Redaktionsschluss unklar. Der Fall zeigt, wie verwundbar unsere Infrastruktur ist. Auch in Deutschland sind solche Angriffe nicht ausgeschlossen. Deshalb eine Förmliche Anerkennung an alle IT-Spezialisten, die unsere **Tiefkühlpizzen und Fischstäbchen** beschützen!



Tag der Bundeswehr in Unna: großer Rückhalt in der Bevölkerung

Sind wir wehrbereit?

Befragung zeigt: Die Bedrohung wird erkannt, der Bundeswehr vertraut

Die Zustimmung zur Bundeswehr ist hoch – und im Vergleich zum Vorjahr noch gestiegen. 87 Prozent vertrauen den Streitkräften, 94 Prozent halten die Abwehr eines Angriffs auf Deutschland für ihre Aufgabe. Auch die Nato stößt auf breite Unterstützung. Das ergab eine Studie der Bundeswehr, für die 2200 zufällig ausgewählte Menschen befragt wurden.

Eine große Mehrheit sieht Russland als Bedrohung für Deutschlands Sicherheit. Auffällig ist: AfD-Wähler sehen in Russland mehrheitlich keine Bedrohung.

58 Prozent der Befragten wollen, dass mehr Geld für Verteidigung ausgegeben wird, 64 Prozent sind für den personellen Aufwuchs der Truppe. Auch die Zustimmung für den Neuen Wehrdienst wächst: 59 Prozent halten ihn für notwendig.

Bei den 16- bis 29-Jährigen ohne militärische Erfahrung können sich 34 Prozent der Männer und 17 Prozent der Frauen einen freiwilligen Wehrdienst vorstellen. Im Ernstfall wären viele auch außerhalb der Bundeswehr bereit, zu helfen – etwa im Zivilschutz, in der Medizin oder in wichtigen Wirtschaftsbereichen.

Die Befragung zeigt: Die deutsche Gesellschaft ist wehrbereit. Sie erkennt die Bedrohung, unterstützt die Verteidigung und ist bereit, Verantwortung zu übernehmen. Zur Studie: tinyurl.com/js-wehrbereit

FRAG DEN PFARRER!

Angst, das Leben zu verpassen

Ich weiß nicht, ob ich bei der Bundeswehr bleiben oder zurück in meine Heimatstadt gehen soll. Mein Leben in der Kaserne ist gut, aber wenn ich meine alten Kumpels am Wochenende sehe, denke ich: Was ist, wenn ich etwas verpasse? Was soll ich tun?



PAUL HÖRENZ, Burg

Diese Zerrissenheit begegnet mir immer wieder. Die Kaserne bietet Sicherheit und einen klaren Auftrag – aber die Sehnsucht nach Freiheit oder Spaß bleibt. Die Angst, das „eigentliche Leben" woanders zu verpassen, kann sich unheimlich schwer anfühlen.

Einen fertigen Rat werden Sie von mir nicht hören. Denn Freiheit bedeutet auch, bewusst vor Lebensentscheidungen zu stehen und sie zu verantworten. Hier in dieser Frage gibt es kein Richtig oder Falsch, sondern zwei Wege, die beide ihren Preis und ihren Wert haben.

Die Struktur der Bundeswehr schützt, aber sie engt auch ein. Das Leben in der Heimat lockt mit Weite, hat aber auch Herausforderungen. Meine Aufgabe als Seelsorger ist es nicht, Ihnen die Last dieser Wahl abzunehmen. Aber wir können gemeinsam in diese Weite schauen, die Argumente auf den Tisch legen, sortieren und aushalten, dass eine Entscheidung Zeit braucht.

Mir hilft dabei mein Glaube. Im Vertrauen auf Gott ist für mich das Leben keine furchteinflößende Leere oder Enge, sondern ein getrost begleiteter Weg.

ZAHL DES MONATS

28

Bundeswehrsoldaten wurden Ende September aus dem **Nordirak abgezogen.** Nach elf Jahren endete damit die Ausbildungsmission im Irak.

tinyurl.com/js-irak

NETZFUND



„Stolz oder Vorurteil?" ist ein Podcast, der sich mit dem Verhältnis junger Menschen zu Deutschland beschäftigt. Host Fabian Grischkat spricht mit Gästen über Identität, Herkunft und Patriotismus. In einer Folge (30.9.) erzählt Ex-Offizierin Wiebke Hönicke, wie Frauen in der Bundeswehr ihren Platz finden und wie eine gerechte Wehrpflicht aussehen könnte. tinyurl.com/js-stolz-vorurteil

Fotos: Getty Images (2), privat, Hesham Elsherif / Getty Images, js-screenshot

Triggerwarnung!
Tod, Verwundung, Suizid



Illustration: Matthias Schardt

Stilles Gedenken

Wie Kameraden an Standorten trauern und an die Verstorbenen erinnern

Eine Kerze anzuzünden, kann dabei helfen, von einem verstorbenen Kameraden Abschied zu nehmen

Das Busattentat gehört zur Geschichte des Bataillons

Kabul, Afghanistan, 7. Juni 2003: Ein Bus der Bundeswehr voller Soldaten fährt zum Flughafen, für sie geht es zurück nach Deutschland. Sie freuen sich auf die Heimat. Ein Taxi nähert sich, fährt dicht neben dem Bus. Ein Selbstmordattentäter. Er zündet den Sprengsatz. Der Bus wird meterweit von der Fahrbahn geschleudert. 31 Soldaten werden verletzt, vier sterben.

Frankenberg an der Eder, Herbst 2026: In der nordhessischen Burgwaldkaserne ist das Bataillon Elektronische Kampfführung 932 stationiert. Hier erinnert ein eigener Raum in der militärgeschichtlichen Sammlung der Kaserne an den Selbstmordanschlag, bei dem Oberfeldwebel Carsten Kühlmorgen und Feldwebel Helmi Jimenez-Paradies von diesem Standort und Oberfähnrich Andrejas Beljo und Stabsunteroffizier Jörg Baasch vom Standort Daun getötet und zahlreiche andere Soldaten verwundet wurden.

Für das Museum ist Hauptmann Friedhelm Brandau verantwortlich, ein Presseoffizier mit grauen Schläfen. Er führt heute drei Rekruten durch das Museum, zeigt ihnen Fotografien aus dem Auslandseinsatz des Bataillons. Dann geht es in die Räume, die den Themen Tod und Verwundung gewidmet sind. Dort hängt ein großes Foto vom zerbeulten Bus. Eine Puppe trägt die Uniform eines beim Anschlag verletzten Soldaten. In einer Vitrine liegt eine Flecktarntasche. „Das ist meine“, sagt Brandau. Er war damals Leutnant und saß mit im Bus, als der Sprengsatz hochging. „Alles war voller Blut. Auf der Straße lagen Fetzen von Uniformen, tote Soldaten, Leichenteile“, sagt er. Brandaus Gesicht und Körper wurden von Splittern verletzt.

Ein Gedenkstein für die Toten

Brandau führt seit Jahren durch die Ausstellung. Immer wieder erzählt er den Besuchern von diesem 7. Juni 2003. Die Schreie der Kameraden kann er nicht vergessen. „Sie brüllten wie Tiere“, sagt er. Er erzählt von Kameradschaftstreffen mit den Überlebenden. „Viele meiner Kameraden sind heute blind, taub oder sitzen im Rollstuhl“, sagt er. „Manche tragen Glasaugen, haben von der Explosion entstellte Gesichter. Aus schönen Männern sind Invaliden geworden, aber sie leben.“

Brandau beendet seine Führung. Es ist Mittag. Die drei Rekruten haben Pause, sie gehen zur Kantine.

Alle drei wussten vom Busattentat. Es gehört zur Geschichte des Bataillons. 23 Jahre ist es jetzt her, so alt ist Rekrut Yannic heute. Er findet es wichtig, dass hier am Standort an die Toten von Kabul erinnert wird.

Paul, 18, fand den Vortrag Brandaus krass. „Wie in einem Horrorfilm“, sagt er. Der Dritte, Thorben, 34, stoppt vor einem großen Stein am Kaserneneingang. Auf einer glänzenden Plakette wurden die Namen der vier Toten eingraviert. Friedhofskerzen stehen vor

dem Gedenkstein. „Das ist ein Ort für das Andenken an unsere Kameraden. So werden sie nicht vergessen“, sagt Thorben.

Die vier Toten gehören zu den mehr als 3400 Soldaten und Soldatinnen, die seit Gründung der Bundeswehr im Jahr 1955 in Ausübung ihres Dienstes ums Leben kamen, schreibt das Verteidigungsministerium. „120 von ihnen starben im Auslandseinsatz oder in anerkannten Missionen, oder sie verstarben an deren Folgen. Allein in den 1960er und 1970er Jahren starben 1800 Bundeswehrangehörige bei Unfällen.“

Diesen Toten wird im Berliner Bendlerblock gedacht, wo das Verteidigungsministerium seinen Dienstsitz hat. Dort steht das Ehrenmal der Bundeswehr, ein Block aus Stahlbeton. Zehn Meter hoch, acht Meter breit und 32 Meter lang. Im Inneren ist der

Auch die Kameradinnen und Kameraden in der Kaserne brauchen Begleitung

„Raum der Stille“, hier werden die Namen der Toten jeweils für ein paar Sekunden an die Wand projiziert. Außerhalb von Berlin, auf dem Gelände der Henning-von-Tresckow-Kaserne in Schwielowsee, liegt der „Wald der Erinnerung“. Dort befinden sich die Ehrenhaine aus allen Einsatzgebieten der Bundeswehr. Die Namen der Toten sind dort aufgelistet.

Viele Bäume des Waldes sind den Toten gewidmet. Angehörige verzieren sie mit Fotos, Anhängern, Herzen oder Kuscheltieren. Manche haben QR-Codes, über die man mehr über die Toten erfahren kann.

Unfälle und Suizide

Wer im Einsatz stirbt, an den wird erinnert. Wie ist es mit all jenen Soldatinnen und Soldaten, die nicht in Ausübung des Dienstes sterben, sondern beispielsweise durch einen Verkehrsunfall oder an einer schweren Krankheit?

Das BMVg teilt auf Anfrage mit, dass pro Jahr etwa 100 Soldatinnen und Soldaten versterben. „Rund 65 sterben eines natürlichen Todes oder an den Folgen einer Krankheit, die übrigen Fälle sind zu etwa gleichen Anteilen tödliche Unfälle und Suizide.“

Soldaten, die während ihrer Dienstzeit sterben, können mit militärischen Ehren beigesetzt werden. Bei Suiziden entscheidet jedoch der Disziplinarvorgesetzte „unter Betrachtung des Einzelfalls, ob militärische Ehren zu erweisen sind“.

Für Verstorbene gilt der sogenannte postmortale Persönlichkeitsschutz, schreibt das BMVg, „Informationen über den Tod eines Bundeswehrangehörigen werden daher nur in Absprache mit den Hinterbliebenen weitergegeben oder veröffentlicht, etwa in einem Nachruf in einer Tageszeitung“. Für das Erinnern am Standort sollen die Soldaten und Soldatinnen vor Ort einbezogen werden. Mögliche Formen können Gedenkveranstaltungen, Gottesdienste oder Gedenkplaketten und Bilder der Verstorbenen sein, die in Gemeinschaftsräumen aufgestellt werden.

Seelsorge hilft Trauernden

Eine wichtige Rolle bei der Trauerarbeit in den Kasernen spielen die Militärpfarrer und Militärpfarrerinnen, so wie Daniela Hennings in Munster, dem größten Standort des Heeres. Sie arbeitete 20 Jahre lang in der Notfallseelsorge, erlebte dabei viele tödliche Unfälle. Mit dem Thema Sterben ist sie vertraut. Seit eineinhalb Jahren ist sie evangelische Militärpfarrerin. In dieser Zeit hat sie bereits mehrere Trauerfälle begleitet.

„Schon in den ersten Monaten gab es tödliche Unfälle von Soldaten, die im zivilen Leben ums Leben gekommen waren“, sagt sie. Daniela Hennings ist für Angehörige und Trauernde rund um die Uhr am Handy erreichbar. „Wenn Soldaten und Soldatinnen anrufen, dann ist es wirklich wichtig. Wenn das Handy klingelt, brauchen sie mich“, sagt sie.

Hennings war schon oft bei der Überbringung der Todesnachricht an Angehörige dabei. „Niemand weiß, was einen erwartet, wenn sich die Tür öffnet. Angehörige können schweigen, weinen, völlig fassungslos sein. Sie können auch die Tür zuschlagen“, erzählt sie. „Ich versuche, Fragen zu beantworten, so weit das möglich ist. Wer kann jetzt angerufen werden? Wer muss informiert werden? Wo ist der Verstorbene? Wie geht es weiter?“

Auch die Kameradinnen und Kameraden in der Kaserne brauchen Begleitung. Wenn ein Todesfall bekannt wird, kommen die Menschen aus dem Stammpersonal zusammen, erzählt Hennings. „Manchmal sitzen wir abends einfach zusammen und trinken eine Cola oder einen Kaffee. Es geht gar nicht darum, sofort eine Andacht zu halten. Es geht zunächst darum, nicht sofort auseinanderzulaufen, sondern gemeinsam da zu sein.“ Einige Tage nach einem Todesfall bietet sie ein Gedenken in der Kirche am Standort an, um gemeinsam zu trauern. Sie berichtet von einem Unfall. Ein junger Soldat war mit dem Motorrad außerhalb des Dienstes tödlich verunglückt. Er hatte seiner Mutter erzählt, wie er gerne beerdigt werden würde: eine Erdbestattung mit militärischen Ehren, so nahe bei der Kaserne wie möglich, und mit seinem Lieblingslied.

„Der Song war dann die Grundlage meiner Predigt“, sagt Hennings. Die Trauerfeier fand in der Militärkirche am Standort statt, die Kameraden begleiteten den Sarg bis zum Friedhof, ganz in der Nähe der Kaserne, so wie er es wollte. Die Kameraden stellten nach Absprache mit seiner Familie ein Kreuz am Unfallort auf, etwa 50 Kilometer von Munster entfernt. Das Kreuz hatten sie selbst angefertigt und gestaltet.

In einem anderen Fall hatte sich ein Soldat das Leben genommen, erzählt Hennings. Die Einheit kam in der Standortkirche zusammen. „Wir haben eine



Das Kreuz am Unfallort eines verstorbenen Kameraden soll noch lange an ihn erinnern

Illustration: Matthias Schardt

So reagiert die Bundeswehr im Todesfall

1.
Zuerst werden der Kasernenkommandant, das Psychosoziale Netzwerk (bestehend aus Sanitätsdienst, Militärseelsorge und dem Sozialdienst der Bundeswehr) und die Vertrauensperson am Standort informiert.

2.
Bei Unfall oder Suizid müssen Staatsanwaltschaft oder das Amtsgericht oder die nächste Polizeidienststelle benachrichtigt werden, damit ein Verbrechen ausgeschlossen werden kann.

3.
Die Hinterbliebenen müssen unverzüglich aufgesucht werden. Ein Vorgesetzter überbringt die Todesnachricht. Er wird durch den psychologischen Dienst und durch Militärseelsorger unterstützt. Die Angehörigen werden über Hilfsangebote des Sozialdienstes der Bundeswehr informiert. Er unterstützt in finanziellen Notlagen bei der Antragstellung an Stiftungen und Vereine.



„Es tut gut, dass es hier einen Platz zum Erinnern gibt“

Kerze angezündet und ein Kondolenzbuch aufgestellt“, sagt sie. Vor der Kirche standen Bierbänke, dort sprachen die Kameraden und Kameradinnen noch lange. „Später wurden viele Kerzen aufgestellt. Sie haben noch lange im Dunkeln geleuchtet“, sagt sie.

Wenn ein Mensch stirbt, könne man das nicht so einfach verarbeiten. „Wir erschrecken über den Tod des Kameraden oder der Kameradin, aber wir erschrecken auch, weil wir selbst etwas im Gepäck haben: eigene Erlebnisse und Erfahrungen mit Tod, Sterben oder Suizid“, sagt sie. Es sei vollkommen normal, nach dem Tod eines Kameraden schlecht drauf zu sein, zu weinen oder unkonzentriert zu arbeiten.

Orte der Erinnerung

„Wenn ein Soldat im Einsatz stirbt, gibt es mit dem Wald der Erinnerung einen festen Ort und feste Rituale. Bei einem tödlichen Unfall am Standort, Tod durch Krankheit oder bei einem Suizid ist das anders. Eine langfristige Erinnerungskultur für solche Todesfälle gibt bisher kaum“, sagt sie.

Hennings wünscht sich dafür einen eigenen Ort in ihrem Bereich. Einen kleinen Raum oder eine Wand, wo Angehörige oder Kameradinnen und Kameraden eine Form des Gedenkens finden können. „Vielleicht gibt es das irgendwo an unserem Standort oder an anderen Standorten schon“, sagt sie.

Am Standort Eckernförde fehlt solch ein Erinnerungsort für Tote, die nicht im Einsatz gestorben sind, sagt Militärpfarrer Hanns-Martin Krahnert. „Ich würde mir wünschen, dass es dafür eine zentrale Stelle am Standort geben würde“, sagt er. Am Bundeswehrkrankenhaus in Koblenz soll noch in diesem Jahr ein Gedenkstein für alle Toten aufgestellt werden, schreibt die dortige Militärdekanin Claudia Brunnmeier-Müller.

In der Saaleck-Kaserne in Hammelburg werden auf einem Findling die Namen von verstorbenen Soldaten und Soldatinnen eingelassen, sagt Militärpfarrer Bernhard Ziegler. „Darüber hinaus hat jede Einheit in ihrem Dienstgebäude eigene Gedenkorte.“

Auch in der nordhessischen Burgwaldkaserne gibt es so einen Erinnerungsort. Hauptmann Brandau, der Überlebende des Busattentats von Kabul, führt in einen Nebenraum des Museums. An der Wand hängen Plaketten, sie sehen wie große Erkennungsmarken aus. Auf ihnen stehen die Namen von Soldaten und zivilen Beschäftigten, ihre Geburtstage und das Todesdatum. „Autounfall, Krebs, Suizid“, zählt Brandau auf, als er die Geschichten der Verstorbenen erzählt. Manchmal kämen Kameraden hierher und würden ein paar Minuten schweigen. „Es tut gut, dass es hier einen Platz zum Erinnern gibt“, sagt Brandau. „Wir dürfen unsere Kameraden nicht vergessen.“

Constantin Lummitsch

Hilfe bei Suizidgedanken

In der Bundeswehr:

Militärpfarrer unterstehen der Schweigepflicht, mit ihnen kann man alles vertraulich besprechen. Der **Sozialdienst** hilft ebenfalls vertraulich bei Themen wie Familie, Schulden und Sucht. Spieß, **Vertrauensperson** und Vorgesetzte sind allesamt Kameraden und sollten hilfsbereit sein.

Außerhalb der Bundeswehr:

➔ Telefon-, Chat- oder Mailberatung: telefonseelsorge.de

➔ Die Nummer der Telefonseelsorge 0800 – 1110 – 111 ist rund um die Uhr besetzt und kostenlos

Illustration: Matthias Schardt

MÖCHTEN SIE SOLDAT WERDEN?

Die Bundeswehr hat dieses Jahr Fragebögen an rund 200 000 junge Männer verschickt. Drei von ihnen erzählen, wie sie ihn beantwortet haben

„Ich möchte dieses Land verteidigen, das mir ALLES gegeben hat“



Foto: privat

ERWIN (18) aus Bremen macht derzeit Abitur

Ich habe den Fragebogen etwa eine Woche nach meinem 18. Geburtstag bekommen und wollte ihn so ehrlich wie möglich beantworten. Viele aus meinem Umfeld haben die Fragen verweigert oder ihn nicht vollständig ausgefüllt. Mir war wichtig, mich nicht davon beeinflussen zu lassen, was andere sagen. Bei meinem Interesse an einem Wehrdienst habe ich sechs von zehn angegeben.

Musterung kommt

Eine Zehn war es nicht, weil ich keine Karriere bei der Bundeswehr anstrebe. Nach der Schule möchte ich im Ausland studieren. Momentan bewerbe ich mich an den großen Unis in den USA und England. Gleichzeitig ist für mich klar: Wenn ich tauglich bin, möchte ich meinen Dienst leisten und mich darauf vorbereiten, Deutschland im Ernstfall zu verteidigen. Einen Termin für die Musterung habe ich bereits.

Meine Bereitschaft hat auch mit meiner Familiengeschichte zu tun. Meine Eltern sind in den 1990er Jahren vor dem Krieg aus Kroatien geflohen. Angehörige meiner Familie wurden in den sozialistischen beziehungsweise kommunistischen Systemen des ehemaligen Jugoslawiens verfolgt. Ich bin in Bremen geboren und kenne Krieg nur aus den unschönen Erzählungen meiner Eltern. Ich möchte nicht, dass so etwas hier passiert.

Deutschland hat meiner Familie und mir viel ermöglicht: gute Bildung, eine funktionierende Infrastruktur, Sicherheit und vor allem die Freiheit, mein Leben weitgehend selbst zu gestalten. Ich möchte dieses Land verteidigen, welches mir alles gegeben hat. Freiheit und Demokratie sind für mich nicht selbstverständlich. Das Grundgesetz, unsere Demokratie und die soziale Marktwirtschaft gehören für mich zu den Dingen, die ich schützen möchte.

Wehrhaft sein

Die Bedrohung durch Russland nehme ich ernst. Wenn die Sicherheitsgarantien der USA weniger verlässlich werden, müssen Deutschland und Europa stärker für ihre eigene Sicherheit sorgen. Eine wehrhafte Demokratie bedeutet für mich, sie vor gefährlichen Akteuren zu schützen.

Menschen, die aus pazifistischen Gründen keinen Wehrdienst leisten wollen, kann ich verstehen. Schwieriger finde ich es, wenn die Bedrohung durch Russland grundsätzlich geleugnet wird. Gerade weil ich meine Zukunft selbst gestalten möchte, bin ich bereit, sie im Ernstfall zu verteidigen.



„Wir sind nur noch GUT GENUG, um zu kämpfen“

LUKE DAVID (18) aus Mönchengladbach macht nächstes Jahr Abitur

Ich habe im Fragebogen „null Interesse“ an der Bundeswehr angegeben. Trotzdem fand ich es beklemmend, dass ich Angaben über mich selbst machen sollte, auf deren Basis der Staat sich ausrechnet, wie kriegstüchtig ich sein soll. Bei mir bleibt das Gefühl, dass der Staat im Ernstfall über mich verfügen kann. Das löst bei mir Ohnmacht aus.

Als bekannt wurde, dass die Fragebogen verschickt werden, habe ich mich damit beschäftigt. Ich hatte mir den Fragebogen schon vorher online angeschaut und auch auf Social Media viel dazu gesehen. Meine Freundinnen, Freunde und ich sind zu Schulstreiks und Demos gegen eine Wehrpflicht gegangen.

Viel Ungerechtigkeit

Für mich stellt sich vor allem die Frage, was ich bei der Bundeswehr überhaupt verteidigen sollte. Ich will nicht für einen kapitalistischen Nationalstaat wie Deutschland kämpfen. Daran stört mich nicht nur, dass manche Menschen viel mehr haben als andere. Es geht immer darum, möglichst viel Profit zu machen, und dafür werden Menschen und Ressourcen ausgebeutet, gerade auch in anderen Ländern. Was mich daran besonders wütend macht, ist, dass diese Verhältnisse vermeidbar sind. Trotzdem wird oft so getan, als wäre es normal, dass manche Menschen auf Kosten anderer reich werden und dass Profit wichtiger zu sein scheint als ein gutes Leben für alle.

Nichts zu verteidigen

Wenn es zu einem Krieg käme, würde ich im äußersten Notfall kämpfen – aber nur für das Überleben der Menschen in meiner Nähe und um diejenigen zu verteidigen, die mir wichtig sind. In Deutschland sehe ich derzeit nichts, was ich für verteidigenswert halte. Natürlich haben wir hier Freiheiten, die Menschen in vielen anderen Ländern nicht haben. Ich kann mir hier zum Beispiel aussuchen, was ich studieren möchte – aber letztlich nur, wenn ich es mir leisten kann. Dasselbe gilt für Dinge wie Reisen oder viele andere Möglichkeiten, die wir mit persönlicher Freiheit verbinden.

Hinzu kommt, dass ich mich als junger Mensch derzeit von der Politik wenig bis gar nicht gehört fühle, etwa in unserem Bildungssystem. Hier geht es meiner Meinung nach nicht wirklich um die jungen Menschen, sondern eher um die Bedürfnisse des Arbeitsmarkts. Wir sind eine Ware, ein Produkt, das funktionieren soll. Grundsätzlich frage ich mich, ob wir jungen Menschen in Zukunft überhaupt ein gutes Leben werden führen können. Ich mache mir große Sorgen wegen der Altersarmut und der Rente.

Ich sehe einfach nicht ein, warum ich mein Leben für ein System riskieren sollte, das ich selbst kritisiere und in dem ich vieles als ungerecht empfinde. Irgendwie fühlt es sich für mich so an, als wären wir noch gut genug, um zu kämpfen und zu sterben, aber für alles andere eigentlich nicht.

Fragebogen zur WEHRERFASSUNG

Seit Januar 2026 erhalten 18-Jährige einen Fragebogen zur Erfassung ihrer Wehrdienstbereitschaft. Der Online-Fragebogen umfasst zwölf Fragen zu persönlichen Daten, Bildung, körperlicher Fitness und dem Interesse an der Bundeswehr. Dieses wird auf einer Skala von 0 („kein Interesse“) bis 10 („Ich möchte unbedingt Soldatin oder Soldat werden“) erfasst. Männer müssen ihn beantworten, Frauen können dies freiwillig tun. Bei Nichtbeantwortung drohen Männern bis zu tausend Euro Bußgeld.

Fotos: Holger Peters, privat



„Ich will für unsere WERTE einstehen“

DAVID (18) aus Frankfurt am Main studiert katholische Theologie & Musikwissenschaft

Als ich den Fragebogen bekommen habe, dachte ich erst: „Ach, jetzt passiert das wirklich.“ Der Bogen selbst war überraschend kurz. Bei der Frage, ob ich Interesse hätte, Soldat zu werden, habe ich vier von zehn angegeben. Für mich heißt das, dass ich mir den Wehrdienst in der nächsten Zeit nicht vorstellen kann. Wenn es aber zu einem Krieg kommt und wirklich jeder gebraucht wird, wäre ich bereit, mein Land zu unterstützen.

Die Bundeswehr halte ich angesichts der Bedrohung durch Russland und hybride Angriffe für wichtig. Mich selbst sehe ich dort aber nicht. Ich bin weder sportlich noch geschickt und glaube deshalb, anderweitig der Bundeswehr deutlich besser helfen zu können, wie etwa bei der Organisation, Management oder Logistik. Dort liegen eher meine Stärken.

Gleichzeitig möchte ich meinen Lebensplan selbst gestalten können. Musik ist meine Leidenschaft. Ich studiere in Frankfurt Theologie und möchte später zu Musik und Religion auf Lehramt wechseln. Das müsste ich dann alles nach hinten schieben oder eine Pause einlegen wegen des Wehrdienstes. Das würde mich nur aufhalten.

Weitere Briefe

Überrascht hat mich, was nach dem Fragebogen passiert ist. Kurz danach bekam ich mehrere Marketing-E-Mails von der Bundeswehr. Meine Vier wurde offensichtlich als eine Art freiwillige Bewerbung aufgefasst, bei der mir weitere Infos und Hilfe angeboten wurden. Das fand ich irritierend, weil ich ja nur den Fragebogen ausgefüllt hatte. Ich hatte nie vor, mich weiter zu bewerben. Meine Vier bedeutete für mich nicht „Ich will zur Bundeswehr“, sondern nur, dass ich mir das im äußersten Notfall vorstellen könnte. Ich bekomme deswegen immer noch Briefe von der Bundeswehr. Anschließend erwarteten sie von mir entweder eine weitere Bewerbung oder einen klaren Rückzug meines „gemeldeten Interesses“ (was auch immer das heißen soll).

Menschen, die in dem Fragebogen „null Interesse“ angegeben haben, kann ich verstehen. Jeder sollte selbst entscheiden können, ob er zur Bundeswehr geht. Auch das Recht auf Verweigerung finde ich wichtig. Schwierig finde ich die Aussage, Deutschland habe nichts zu verteidigen. Für mich geht es nicht um die aktuelle Regierung, sondern um unser freiheitliches Leben, unsere Demokratie, Meinungsfreiheit und den Rechtsstaat. Wenn wir angegriffen würden, wären genau diese Dinge bedroht.

Zusammenhalten

Auch mein christlicher Glaube spielt dabei eine Rolle, weil für mich die Würde jedes einzelnen Menschen an oberster Stelle steht. Mir ist es daher wichtig, dass kein Mensch gegen seinen Willen in den Krieg geschickt wird und an die Waffe muss. Dennoch sollten wir als Gesellschaft zusammenhalten und müssen uns verteidigen können.

Und davor habe ich große Angst: dass Deutschland irgendwann nicht mehr verteidigungsbereit ist. Nicht nur, weil es an Ausrüstung oder Kapazitäten fehlt, sondern weil zu wenige Menschen bereit sind, für unsere Werte einzustehen.

Protokolle: Sonja Ruf



MEINE WELT

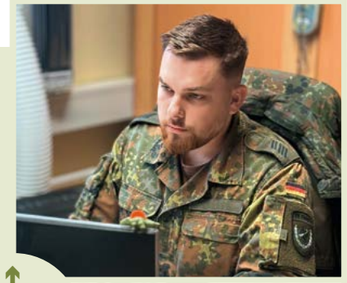
Rollenspieler

Am Vereinte Nationen Ausbildungszentrum der Bundeswehr werden internationale Militärbeobachter ausgebildet. Pascal sorgt als Soldat in darstellender Funktion (SidaF) in der Unterstützungskompanie dafür, dass es möglichst realistisch zugeht. „Eine Geiselnahme sollte man nicht nur mal in der Theorie durchgegangen sein“, sagt er.

Pascal spielt meist den Bösen. Er schreit an, er verteilt Strafen. Was in Wirklichkeit Schläge wären, sind im Übungsszenario Liegestütze und Sit-ups. Pascal darf aber auch nicht zu weit gehen. Er muss zum Beispiel Stressgrinsen und Überforderung bei den Teilnehmern erkennen. Die Übungen werden immer von einer Psychologin begleitet.

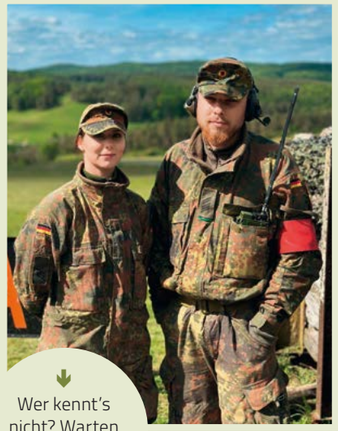
Pascal mag seine Arbeit, aber der Durchlauf ist groß. „Viele wollen in eine Kampftruppe. Es ist auch nicht jeder für eine Rolle gemacht, in der man andere anschreien muss.“

Fotos: privat



Ohne Papierkram läuft hier nix





Wer kennt’s nicht? Warten beim Handgranatenstand



Die Flagge meines Zugs, Eskalation zwischen meiner „Centland National Army“ und einer UN-Patrouille





Drohnen gehören zum Alltag, Besuche im Reichstag eher nicht



Kamera zu gewinnen!

Wir wollen wissen, was ihr macht! Immer an dieser Stelle zeigen wir Fotos aus eurem Bundeswehralltag. Bewerbt euch unter info@js-magazin.de und stellt euren Dienst vor (in Abstimmung mit dem Presseoffizier).
Unter allen Teilnehmenden verlosen wir Ende des Jahres 2026 einmalig die handliche und leistungsstarke „Sony Alpha 6400“-Kamera – mit superschnellem Autofokus, 4K-Video und 16–50-mm-Objektiv.



Viel Glück!
(Rechtsweg ausgeschlossen)





Abschminken nervt, Checkpoints bauen und behausen liebe ich



Freizeit: Ich backe neapolitanische Pizza



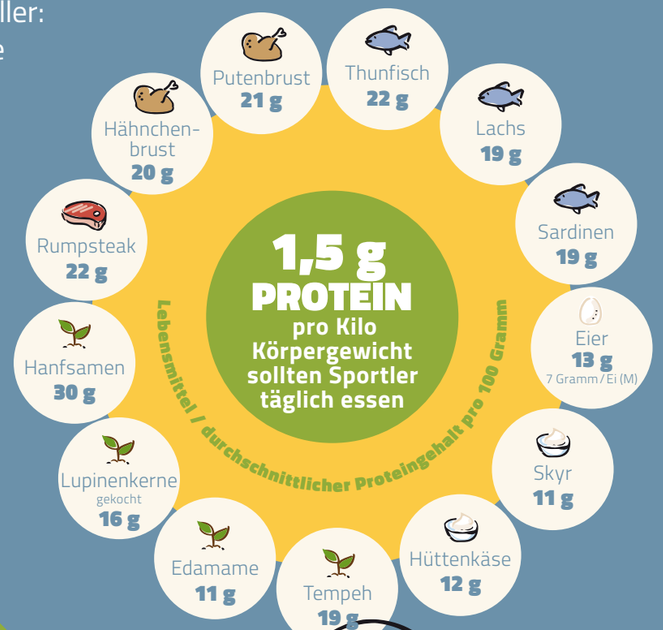
ISS DICH FIT

Statt Schnipo-Schranke kommen leckere Proteine auf den Teller: 3 leichte Fitnessgerichte zum Nachkochen



SCHNITZEL MIT POMMES ist beliebt, aber fettig und hat wenige Vitamine. Die Portion ist klein - da meldet sich bald wieder der Hunger

Zweimal 700 Kalorien





HÄHNCHENBRUST mit Gemüse, Salat und Früchtequark macht lange satt und hat mehr Proteine als das Schnitzel

Quelle: Deutsche Sporthochschule Köln, Illustration: Elina Hartlaub



Zutaten für 1 Portion

- 100 g Couscous (roh)
- 100 g Kichererbsen (gekocht)
- 125 g Mozzarella, fettarm
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Paprikapulver
- 1/2 TL Basilikum, getrocknet
- 1 TL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer, Chili

Zubereitung

- Couscous nach Packungsanweisung zubereiten.
- Kichererbsen gut abtropfen lassen.
- Mozzarella in kleine Würfel schneiden.
- Alle Zutaten unter den gequollenen Couscous mischen.
- Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Durchschnittliche Nährwerte

	pro Portion (340 g)
Energie	2937 kJ / 702 kcal
Protein	34 g
Fett	22 g
Kohlenhydrate	90 g
Ballaststoffe	11 g



Zutaten für 12 Portionen

- 100 g Proteinpulver
- 30 g Backkakao
- 20 g Kokosöl
- 70 ml Sirup (z. B. Ahornsirup, Honig, Dattelsirup, Agavendicksaft)
- 150 ml Wasser
- 1 TL Vanillearoma

Zubereitung

- Das Kokosöl bei niedriger Hitze in einem Topf schmelzen lassen.
- Anschließend Sirup, Wasser und Vanillearoma hinzufügen.
- Das Proteinpulver mit dem Backkakao in einer Schüssel vermischen.
- Nun die flüssige Mischung zu den trockenen Zutaten geben.
- Alle Zutaten gründlich kneten, bis eine homogene Masse entsteht.
- Mit den Händen 12 kleine Bällchen formen.

Durchschnittliche Nährwerte

	pro Portion (30 g)
Energie	276 kJ / 66 kcal
Protein	7,1 g
Fett	2,2 g
Kohlenhydrate	4,4 g
Ballaststoffe	0,8 g



Zutaten für 1 Portion

- 200 g Magerquark
- 200 g TK-Früchte (z. B. Erdbeeren, Himbeeren, Blaubeeren)
- 1 TL Honig

Alternativ: Bananen-Schoko-Eis

- 200 g Magerquark
- 150 g gefrorene Bananen
- 10 g Backkakao

Zubereitung

- Magerquark, Früchte und Honig in einen Mixer geben und gut durchmixen.
- Das fertige Protein-Eis sofort verzehren.

Durchschnittliche Nährwerte

	pro Portion (410 g)
Energie	1012 kJ / 241 kcal
Protein	29 g
Fett	1 g
Kohlenhydrate	25 g
Ballaststoffe	4 g

BERUF DES MONATS

KFZ-MECHATRONIKER

Technik, die begeistert

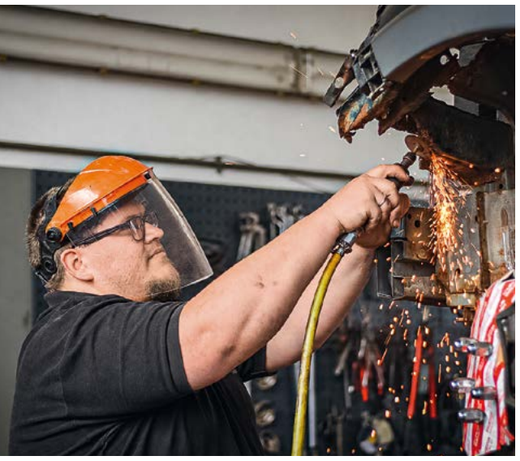
Der Kompressor brummt, die Anlage für den Bremsenprüfstand ist bereit, Kfz-Mechatroniker Denny Krämer, 32, bespricht mit seinem Chef die Aufträge: Kundendienst, Unfallreparatur oder Schweißerarbeiten. Manchmal holt er auch verunfallte Fahrzeuge oder Kundenautos ab.

Schon als Junge bastelte er an Autos herum, denn sein Vater reparierte vieles selbst. „Mich beruhigt das“, sagt er.

Besonders gern rüstet er Autos nach, zum Beispiel mit Einparksensoren oder Anhängerkupplungen. Am liebsten arbeitet er an aktuellen Modellen. Begeistert verfolgt er, wie sich die Technik weiterentwickelt. Vor allem Hybridautos bringen neue Anforderungen, etwa wegen der orangefarbenen Hochvoltkabel. Für Arbeiten an diesen Systemen ist eine zusätzliche Qualifikation nötig. Die will Krämer bald machen. Aus Sicherheitsgründen übernimmt deshalb noch der Werkstattmeister.

Die Reifenwechselsaison mag Krämer am wenigsten. Sie bedeutet oft: von früh bis spät Räder wechseln, waschen, holen und wegräumen – sechs Tage die Woche.

Körperlich kann der Job schon anstrengend sein, vor allem bei Überkopfarbeiten unter der Hebebühne oder wenn man sich sehr über den Motor lehnt, um im Motorraum zu arbeiten. Dann heißt es: öfter mal die Aufgabe wechseln.



→ Für wen? Handwerklich Geschickte mit technischem Verständnis und sorgfältiger Arbeitsweise

→ Womit? Ausbildung zum Kfz-Mechatroniker

→ Für wie viel? ab ca. 3100 Euro brutto

FRAG DEN PFARRER!

Nähe in der Fernbeziehung

Meine Partnerin und ich sehen uns nur am Wochenende. Dann prallen zwei Welten aufeinander. Oft muss ich schon wieder weg, wenn es gerade schön wird. Wie schaffen wir es, schneller beieinander anzukommen?



ANSBERT JUNK,
Leer

Bevor man einander wieder in die Arme nimmt, ist es gut, sich zu überlegen, wie es dem anderen gerade gehen könnte. Mir hilft es, mich vor dem Ankommen an einem ruhigen Ort zu sammeln und auf die Begegnung vorzubereiten. Eine Viertelstunde kann da schon ausreichen. Ich versuche, mir vorzustellen, wie es dem anderen geht. Was hat er oder sie im Beruf oder mit den Kindern erlebt? Was steht an, wo wird mein Einsatz gefordert?

Ich möchte viel erzählen, was ich erlebt habe, worüber ich mich freue oder was mich besorgt. Aber ich frage mich, ob sie oder er das gerade fassen kann. Oder ob ich mich eher darauf einstelle, erst mal zuzuhören und mit meinen Anliegen zu warten? Das mache ich mit dem Kopf. Aber auch mit Bauch und Herz: Also, was fühle ich jetzt? Welche inneren Regungen hat mein Gegenüber?

Wer mag, kann diese kleine Einkehr mit einem Gebet abschließen, in dem man Gott für die Gefühle der Liebe dankt. Und es kann helfen, jemanden zu suchen, der diese Kultur des Ankommens mit einem einübt. Wir Pfarrerinnen und Pfarrer sind herzlich gern dazu bereit.



WELTVERBESSERER

Trauerhilfe im Netz

Wenn eine Freundin, ein Kamerad oder jemand aus der Familie stirbt, fühlt sich alles schwer an. Nicht immer ist jemand da, der einen auffängt und trösten kann. Das Trauernetz der evangelischen Kirche hilft online: mit kurzen Texten, Liedern und Ideen, wie man Abschied nehmen kann, aber auch mit vielen Tipps für den Weg durch die Trauer. Man kann dort **virtuell eine Kerze anzünden, mit Seelsorgern chatten oder sich eine Online-Andacht gestalten lassen.** Das Angebot ist kostenlos und umfangreich. trauernetz.de



APP

Heute schon CO_2 eingespart? Mit der App Klima-Taler kann man seinen **Beitrag zum Klimaschutz tracken.** Die App erfasst Wegstrecken und berechnet die Kohlendioxidmenge im Vergleich zum Auto. Wer klimaschonend zu Fuß, mit Rad oder Öffentlichen unterwegs ist, sammelt Klima-Taler, die man etwa in einen Kinobesuch umwandeln kann.

Fotos: Lara Voelter, Tobias Lehmann, Katharina Müller-Güldemeister, JS-Screenshot, Philipp Reiss / philreiss.de

FANKURVE

Die Sport-Kolumne

Sehnsucht nach der Kabine



HENRIK BAHLMANN
ist Hobbyfußballer und Journalist

Vor ein paar Monaten verkündete ich hier mein Karriereende. Fußball hatte mich bis dahin 27 Jahre lang begleitet. Aber ich wollte mal einen Sommer abschalten, nicht mehr dieses Verantwortungsgefühl. Und ich wollte nicht immer auf einen Daumen-Emoji meines Trainers warten müssen, wenn ich mich abmeldete.

Jetzt ist der Sommer vorbei. Ich verbrachte Wochenenden in Berlin und Werktagabende auf Konzerten. Ich ging mit Freundinnen und Freunden aus und trank so ziemlich jedes Feierabendgezapfte, das man mir anbot. In dieser Regelmäßigkeit kannte ich das sonst nur aus der Sommerpause. Es war großartig und – zugegeben – sehr alkoholisch.

Mit den fallenden Blättern und den kürzeren Abenden begann ich aber, den Fußball zu vermissen. Den Sport, vor allem aber auch die Gemeinschaft. Ich sehne mich nach einer Kabine und nach einer Gruppe von Menschen zurück, die nicht nur über den nächsten journalistischen Coup diskutiert. Gerade in diesen politischen Zeiten, in denen der vielzitierte Spalt immer größer zu werden scheint, fehlt mir dieser andere Blick.

In einer Fußballkabine treffen sich Menschen aller Gesellschaftsschichten und Bildungshistorien, um gemeinsam etwas zu erreichen.

Meine Erfahrung ist, dass man mit Mitspielern immer besser diskutieren kann als mit Fremden. Es wird einfach nicht das Schlechte in einander gesehen. Und wenn ich mit Kolleginnen und Freunden spreche, spreche ich viel zu häufig mit Leuten wie mir selbst. Also muss es der Fußball sein.

Ich weiß noch nicht, ob ich wieder selbst spielen oder vielleicht als Trainer einsteigen möchte. Aber zurück will ich auf jeden Fall. Natürlich will ich auch den nächsten Sommer mit Konzerten, Wochenenden in anderen Städten und Feierabendgezapften verbringen. Aber danach möchte ich meinen Fußballkollegen davon erzählen.

Spielend aus der Krise

In den Szenarien vieler Games ist das Klima zusammengebrochen und die Erde unbewohnbar geworden. Warum sie trotzdem Spaß machen und motivierend sein können, zeigen diese sechs Beispiele



Die Mission: Aus einer toten Welt eine grüne Oase machen

THE PLANET CRAFTER
von Miju Games, ca. 24 Euro

Einen neuen Planeten besiedeln

Die Erde ist nicht mehr bewohnbar, also werden ein paar Menschen losgeschickt, um eine neue Heimat zu finden. Sie stoßen im Weltall aber nur auf lebensfeindliche Planeten. Das muss der Mission jedoch keinen Abbruch tun, denn mit moderner Technologie können die Spieler aus einer toten Welt eine grüne Oase machen.

In „The Planet Crafter“ wird der Treibhauseffekt umgekehrt. Während die Erwärmung auf der Erde die Klimakrise vorantreibt, geht es hier darum, den Planeten aufzuheizen und mit Gasen anzureichern, um ein funktionierendes Ökosystem zu erschaffen. Nachdem die Spieler auf dem leblosen Planeten gelandet sind, sammeln sie Mineralien wie Eisen oder Kobalt, um Sauerstofftanks, Wasseraufbereiter und eine kleine Basis zu errichten. Das ist die Grundlage, um das große Projekt anzugehen: die Veränderung der Biosphäre. Sie bauen etwa Heizungen, Bohrer oder Biokuppeln, um die Temperatur, den Luftdruck und den Sauerstoffgehalt des Planeten zu erhöhen. Das Spiel vermittelt so auch ein spielerisches Verständnis für biochemische Kreisläufe und zeigt, wie sehr die Elemente eines Klimasystems miteinander verzahnt sind.

Fortschritt ist dabei keine Statistik oder Tabelle, in der irgendwelche Zahlen anwachsen. Die Spieler sehen direkt, wie sich ihre Aktionen auswirken. Zunächst färbt sich der staubige Himmel blau, Wolken ziehen auf und erster Regen fällt. Bald bilden sich Seen, und erste Moose und Wälder wachsen. Dann schwirren Insekten durch die Luft und schließlich wandeln wieder Tiere durch die Welt. Zu erleben, wie sich eine Sandwüste durch das eigene Handeln in ein grünes Zuhause verwandelt, ist ungemein motivierend.

DEATH STRANDING
Teil 1 und 2 von Kojima Productions, zwischen 40 und 60 Euro



Nach der Apokalypse droht überall Gefahr. Zusätzlich muss man noch auf ein Baby mit Superkräften aufpassen

Mit einem Baby durchs verwüstete Amerika

Als Sam Porter Bridges durchqueren die Spieler in „Death Stranding“ ein verödetes Amerika, in dem ätzender Regen und Naturkatastrophen das Leben fast unmöglich gemacht haben. Aber nicht als Held, der die Welt retten muss, sondern als Bote, dessen Aufgabe es ist, wichtige Lieferungen zu überbringen und die letzten Siedlungen der Menschheit wieder an ein gemeinsames Kommunikationsnetzwerk anzuschließen.

Vor jedem Aufbruch planen die Spieler ihre Route, wählen die Ausrüstung, die sie zum Überleben brauchen, und laden sich das Gepäck auf den Rücken. Auf den langen Märschen müssen sie unwegsames Terrain mit Leitern oder Seilen überwinden und im Notfall gegen vagabundierende Menschen kämpfen. Die Munition stellen sie aus ihren eigenen Exkrementen her.

Dabei trägt Sam Porter Bridges einen Brutkasten mit einem Baby auf seiner Brust, das als Hoffnung der Menschheit gilt und das ihm dabei hilft, gefährliche Kreaturen aufzuspüren, die durch das Land ziehen. Aus den mühsamen Botengängen durch die verwüstete Welt wird eine interessante Spielerfahrung. Denn hier fühlt sich alles fremd an. Die uns vertraute Welt ist untergegangen, und nur wenn die wenigen Menschen ihre Feindschaft überwinden können, ist ein Überleben möglich.

SOLAR PUNK
von Cyberwave, ca. 23 Euro



Hier wird fleißig gegärtnert und geerntet. Ein Gute-Laune-Spiel für trübe Tage

Per Luftschiff zur Solaranlage

In dem Survival-Spiel „Solarpunk“ leben die Spieler auf schwebenden Inseln über den Wolken. Alleine oder im Koop-Modus bauen die Spieler sich auf den Inseln eine neue Existenz auf: Sie bewirtschaften Felder, züchten Nutzpflanzen, stellen Werkzeuge her oder bauen Luftschiffe, um entlegene Inseln zu erkunden.

Während viele postapokalyptische Spiele zerstörtes Ödland, Ressourcenknappheit und Kriege zeigen, zeigt „Solarpunk“ einen optimistischen Ansatz: eine grüne Zukunft, in der Mensch, Technologie und Natur im Einklang leben. Der Fortschritt basiert hier nämlich ganz auf erneuerbaren Energien. Statt Kohle oder Öl zu fördern, nutzt man Sonnenenergie, Windkraft und Wasserkreisläufe, um Farmen zu automatisieren und Technologien anzutreiben. Genau dieser zuversichtliche Blick in die Zukunft macht dieses Spiel so unterhaltsam.

Zunächst pflanzen die Spieler etwa Beeren oder Getreide und gießen mit gesammeltem Regenwasser per Hand. Um Zeit zu gewinnen, bauen sie dann eine kleine Solaranlage auf dem Dach der eigenen Hütte und verbinden sie mit einem Windrad und einer Pumpe. Über ein selbst verlegtes Rohrsystem wird das gesammelte Wasser automatisch auf die Felder verteilt, bis kleine solarbetriebene Drohnen die Ernte einholen. Wer die Natur respektiert und nachhaltige Kreisläufe etabliert, wird hier belohnt.

Fotos: Kojima Productions/Deathstranding (2), MijuGames/The PlanetCrafter, Cyberwave/Solarpunk

TERRA NIL
von Free Lives,
ca. 25 Euro



Nur mit der richtigen Strategie können hier die verschiedenen Ökosysteme gerettet werden

Die Welt entgiften

Auch im Aufbauspiel „Terra Nil“ geht es darum, ein totes Ökosystem wieder zum Leben zu erwecken. Die Spieler bauen etwa Bewässerungsanlagen oder Windturbinen, um mit Strom und Wasser den Boden fruchtbar zu machen. Im Laufe des Spiels kommen viele andere Gebäude hinzu: Entgiftungsanlagen, die Flüsse reinigen, oder solarbetriebene Gewächshäuser.

Dabei ist es wichtig, diese Gebäude und Anlagen strategisch klug zu platzieren. So lassen Forstanlagen etwa einen Wald wachsen, dafür müssen sie aber auf einem Boden stehen, auf dem Bäume Wurzeln schlagen können. Ebenso gilt es, die unterschiedlichen Bauten passend miteinander zu kombinieren: Eine Bewässerungsanlage steht am besten in der Nähe eines Gewächshauses. „Terra Nil“ bietet dabei vier unterschiedliche Ökosysteme, von tropisch bis arktisch, die jeweils unterschiedliche Taktiken erfordern. Sich hier auszuprobieren, die verschiedenen Technologien zu kombinieren, kann einem richtige Erfolgserlebnisse bescheren.

Und trotz des schweren Themas Klimawandel setzt „Terra Nil“ auf eine friedliche Atmosphäre mit ruhigem Klangdesign. Der eigentliche Clou zeigt sich dabei am Ende. Die Spieler müssen die ganze Technologie schließlich wieder vollständig abbauen und recyceln, damit es ein Happy End geben kann: eine Natur, die ganz sich selbst überlassen ist – und so wächst und gedeiht.

FROSTPUNK
Teil 1 und 2 von
11 Bit Studios,
zwischen 30 und
45 Euro



„Frostpunk“ spielt in einem vereisten fiktiven 19. Jahrhundert. Ohne unsere moderne Technik wird es dabei ganz schön unangenehm – und kalt

Im Eissturm überleben

In der Strategiereihe „Frostpunk“ leiten die Spieler die letzte Stadt einer durch eine Eiszeit kollabierten Erde des späten 19. Jahrhunderts. Hier gibt es noch keine erneuerbaren Energien und andere Technologien, um die Menschheit klimaschonend am Leben zu erhalten. Das Zentrum der Siedlung ist ein kohlebetriebener Wärmegenerator, um den herum die Spieler das Überleben organisieren müssen.

Sie teilen Arbeitskräfte ein, um knappe Ressourcen wie Kohle, Holz und Stahl zu gewinnen, auf die Jagd zu gehen oder Gebäude wie Krankenhäuser, Stahlwerke oder Baracken für die Bewohner zu bauen. Neben Städtebau und der Einteilung von Ressourcen besteht die Hauptaufgabe von „Frostpunk“ jedoch im politischen Krisenmanagement. Die Spieler müssen die Hoffnung der Bevölkerung aufrechterhalten und ihre Unzufriedenheit senken. Dabei stehen sie oft vor moralischen Entscheidungen. Sollten in dieser Welt auch Kinder arbeiten, um die Produktivität zu steigern? Sind Nahrungskürzungen zu rechtfertigen, um das Überleben zu sichern?

Das erzeugt eine große Spannung, denn jede Entscheidung wiegt schwer. Dafür ist das Erfolgsgefühl umso größer, wenn etwa ein verheerender Blizzard bei minus 120 Grad durch vorausschauendes Wirtschaften und ausgewogene Notfallmaßnahmen in letzter Sekunde doch überstanden wird. „Frostpunk“ thematisiert damit auch die Verletzbarkeit unserer Zivilisation und stellt die Frage, wie viel Menschlichkeit im Überlebenskampf in einer zerstörten Umwelt noch übrig bleibt.

Als Roboter Gott spielen

Als letzter noch funktionierender Roboter-Hüter erwachen die Spieler in „The Last Caretaker“ auf einer postapokalyptischen, fast vollständig von einem Ozean verschluckten Erde. Die menschliche Zivilisation ist längst untergegangen. Die Mission lautet, das Erbe der Menschheit in Form von Samen zu sichern und ihr so einen Neuanfang zu ermöglichen. Mit einem anfangs kaum funktionstüchtigen Schiff durchqueren die Spieler die Meere, durchsuchen halb versunkene Industrieanlagen, bringen rostige Maschinen wieder zum Laufen oder bergen Samen, die in Brutkapseln gesetzt und mit ausreichend Energie oder Nährstoffen versorgt werden müssen – um dann ins All geschossen zu werden, um eine neue Generation an Menschen auf einem anderen Planeten anzusiedeln.

Ressourcen sind rar, darum muss möglichst alles, was übrig geblieben ist, wiederverwendet werden. Die Spieler zerlegen Maschinenreste in Rohstoffe. Aus dem alten Schrott entstehen neue Werkzeuge, Energienetze, Schiffsverbesserungen oder Waffen. Über frei verlegbare Stromkabel gilt es, Generatoren mit Solarpaneelen, Treibstoffturbinen oder Akkubänken zu verbinden und das Boot schrittweise zu einer schwimmenden Festung auszubauen.

Das ist wichtig, denn die Spieler werden regelmäßig von feindlichen Maschinen attackiert. Die aber dürfen nicht im stumpfen Geballer enden. Vielmehr müssen die Gefechte taktisch geführt werden und es muss ständig zwischen Ressourcenschonung, Reparatur, Flucht und Gegenangriff abgewogen werden. Auch das Meer erfordert ein vorausschauendes Handeln. Wechselnde Wetterlagen beeinflussen das Fahrverhalten und die Stabilität des Schiffs. Zieht etwa ein Sturm auf, können Wellen das Deck überspülen oder das Schiff zum Kentern bringen. Es ist auch als Roboter schwierig, in dieser zerstörten Welt zu überleben.

Matthias Kreienbrink

THE LAST CARETAKER
von Channel 37,
ca. 30 Euro



In „The Last Caretaker“ spielt man einen Roboter auf einer menschenleeren Erde. Gefährlich wird es trotzdem

Fotos: 11 Bit Studios/ Frostpunk (2), Elyaradine/Terra Nil; Channel37/The Last Caretaker

Die RUHE-stifter

Wenn Reisende am Flughafen Frankfurt Beistand brauchen oder den Weg zum Gate suchen, helfen die ehrenamtlichen Seelsorger Joost und Constantin

Zwei kräftige Männer in Warnwesten laufen durch den Frankfurter Flughafen. „Flughafenseelsorge“ steht auf ihren Rücken. Beide sind fast zwei Meter groß, blond und auf den ersten Blick kaum auseinanderzuhalten: Constantin und Joost Braun, 20 Jahre alt, Zwillingsbrüder und seit kurzem gemeinsam als ehrenamtliche Seelsorger am Flughafen unterwegs.

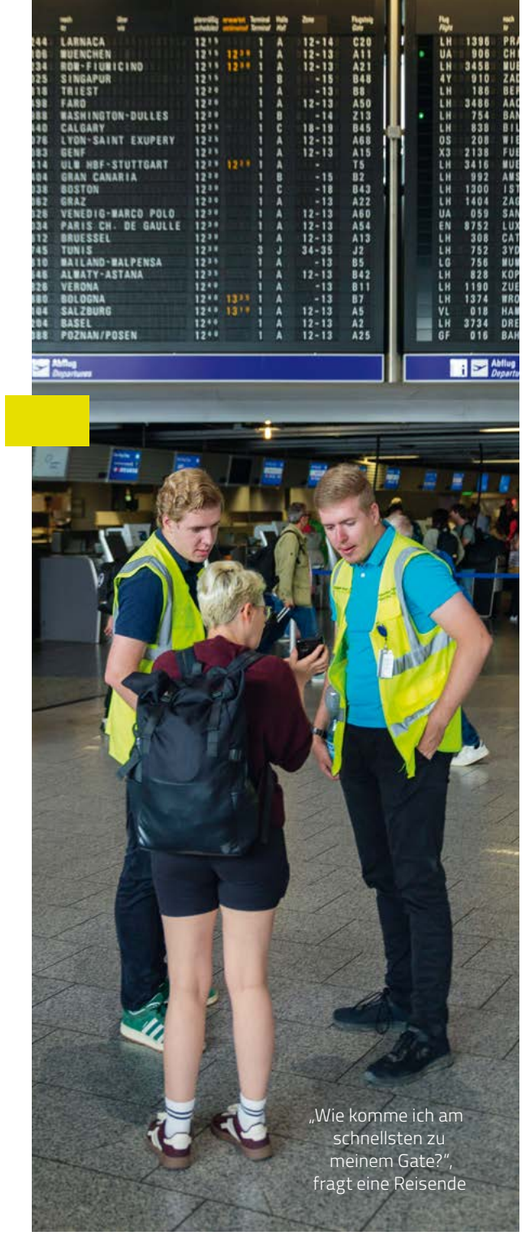
Die Brüder studieren im zweiten Semester: Constantin Psychologie, Joost Elektro- und Luftfahrttechnik. Am Flughafen arbeiten sie ehrenamtlich: Constantin seit rund zwei Jahren, Joost seit wenigen Wochen.

Auf ihren Streifzügen durch den Flughafen schauen sie genau auf die Gesichter. Wer wirkt überfordert? Wer braucht vielleicht Hilfe?

Der Flughafen ist groß. „Am Ende eines klassischen Arbeitstags habe ich schon gut und gerne mal 15 000 Schritte auf der Uhr“, sagt Constantin.

Ein paar Meter weiter bleibt eine Reisegruppe stehen. Rote Halstücher, ratlose Blicke. „Wie, es gibt drei Terminals?“, fragt eine junge Frau mit langen Gelnägeln und einer Designerhandtasche. „Ja, aber Terminal 2 wird gerade umgebaut und ist bis auf weiteres geschlossen. Technisch gesehen sind es derzeit also doch nur zwei“, erklärt Joost.

Dann schauen die beiden in den Gebetsräumen nach dem Rechten – in der Kapelle für evangelische und katholische Christinnen und Christen ebenso wie im muslimischen Gebetsraum für Männer und im Gebetsraum für Jüdinnen und Juden. Sind die Gebetsbücher noch da und heil? Stehen die Stühle an ihrem Platz? Manchmal schlafen dort obdachlose Frauen oder Männer. Wenn es nicht zu lange dauere, drücke man schon mal ein Auge zu, sagt Constantin. „Wir nehmen immer so ein bisschen den Puls vom Flughafen.“



„Wie komme ich am schnellsten zu meinem Gate?“, fragt eine Reisende



Für viele ein Ort der Ruhe: die christliche Kapelle in Terminal 1

Fotos: Hagen Plasswich

Gestrandete Passagiere

Auffällig sei, dass es besonders häufig ältere Menschen sind, die bei ihnen stehen bleiben. Manche sind nervös oder überfordert. Aus einer einfachen Frage wird manchmal ein Gespräch darüber, was sie beschäftigt. Bei tiefergehenden Gesprächen oder Beratungsbedarf verweisen sie an ihre Chefin, die Leiterin der evangelischen Flughafenseelsorge in Frankfurt, Pfarrerin Bettina Klünemann.

Constantin und Joost dürfen sich auch in Bereichen bewegen, die nicht für alle Reisende frei zugänglich sind. Dort treffen sie mitunter auf Menschen, die gestrandet sind, weil sie kein Visum haben oder nicht nach Deutschland einreisen dürfen. In solchen Fällen wenden sie sich meist an den kirchlichen Sozialdienst oder die Bundespolizei.

Auf die Idee, hier zu helfen, kam Constantin durch die Dokureihe „Mittendrin – Flughafen Frankfurt“ des Hessischen Rundfunks. In einer Folge sah er, wie Seelsorger während der Pandemie gestrandeten Reisenden halfen. Die Arbeit sei für ihn eine Form, seinen christlichen Glauben zu leben.

Ein Flugzeug-Nerd

Seinen Bruder überzeugte er schließlich am Küchentisch. Joost gefiel, was Constantin von seinen Einsätzen erzählte. Denn Joost liebt Flugzeuge – die könne er sich „wie Gesichter“ merken. Er zeigt aufs Rollfeld. „Das da hinten ist ein A340-300, was man erkennen kann, da er vier Triebwerke, aber kein zweites Stockwerk hat. Der Unterschied zum A340-600 ist unter anderem, dass sein Rumpf kürzer ist und er kleinere Triebwerke hat“, sagt er.

In einer Pause gehen die Brüder in die Räume der evangelischen Seelsorge, trinken Kaffee, plaudern mit den anderen Seelsorgerinnen und Seelsorgern. Zum christlichen Seelsorge-Team am Flughafen gehören etwa 40 Menschen – Constantin und Joost sind zwei der jüngsten.



Wenn Joost (links) und Constantin eine Pause brauchen, gehen sie auf eine Terrasse bei Terminal 3, um Flugzeuge zu beobachten

Ihre Schichten dauern meist acht Stunden, wann sie unter der Woche arbeiten, können sie selbst entscheiden. Mindestens einmal pro Woche sind sie tagsüber im Einsatz. Für akute Fälle gibt es eine Whatsapp-Gruppe.

Manche Begegnungen sind absurd: Ein Mann fragte Constantin ernsthaft, wo denn der Flughafen sei. Andere Reisende ließen ihren Frust an ihnen aus, schrien oder spuckten sie an. Für den Job brauche man „Hilfsbereitschaft, Geduld und Empathie“, sagt Joost.

Der Job frische auch ihr Englisch und Spanisch auf, sagt Joost, weil viele Fluggäste kein Deutsch verstehen. Jedes Mal entdecken sie auf dem Flughafen etwas Neues, etwa den einzigen koscheren Snackautomaten. Gut zu wissen, wo der steht, falls jüdische Reisende danach fragen sollten.

Nach der Frühstückspause geht es weiter. „Excuse me, do you speak English? Where can I find my driver?“, fragt ein Geschäftsmann im Anzug und tippt Constantin auf die Schulter. „You just need to go downstairs, there is also the taxilane“, antwortet Constantin. „Der Vorteil bei uns ist ja“, meint Constantin zu seinem Bruder, „egal wie gestresst hier alle immer sind, wir haben Zeit.“ Sonja Ruf

In der FLUGHAFENSEELSORGE mitarbeiten

Die evangelische Flughafenseelsorge in Deutschland sucht fortlaufend Verstärkung. Die Kontaktdaten der Flughafenseelsorge an den Flughäfen Berlin-Brandenburg, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt am Main, Hamburg, Hannover, Leipzig-Halle, München, Münster-Osnabrück und Stuttgart finden sich auf der Website der Flughafenseelsorge Deutschland: airportchapel.de

Ich sterbe

Christina Ernst ist 43, blind und todkrank. Im August hat sie sich gegen eine weitere Chemo entschieden und dafür, dass ab jetzt jeden Tag Sonntag ist



Christina erblindete mit vier Jahren. Sie studierte Theologie, wurde Pastorin und liebt das Leben



„Vielleicht besteige ich ein Surfbrett und werde irgendwann selbst zur Welle“

Dezember 2025

Ich habe Krebs und ich weiß nicht, ob ich noch eine weitere Chemotherapie machen kann. Es hilft, mir den Weg, der noch vor mir liegt, als Pilgerweg vorzustellen. Ich sehe mich mit einem großen fetten Pilgerstab losgehen, mit dem ich zur Not auch einem wilden Tier oder Feind eins über den Schädel ziehen kann. Denn ich habe Angst vor dem, was auf dem Weg vielleicht wartet. Aber ich glaube auch, dass ich Begleiter haben werde, die mich nicht allein lassen – und dass Gott an meiner Seite ist.

Bevor ich losgehe, möchte ich meine Beziehungen geklärt haben. Ich möchte mir sagen können: Es ist alles gut, es ist alles geklärt, alles gesagt. Deswegen erzähle ich meinen Freunden nun auch, dass ich mich auf den Weg mache, damit sie mitgehen können – oder auch nicht.

Ich brauche Menschen um mich, die mir Sicherheit und Geborgenheit geben. Von Freunden, die Unsicherheit verbreiten oder mir das Gefühl geben, dass sie das nicht können, muss ich mich verabschieden. Vorher möchte ich Danke sagen für die gute Zeit, die wir miteinander hatten.

Im März 2026 macht Christina eine Chemotherapie, bei der ihre Finger und Zehen taub werden können. Auf ihre Finger ist sie besonders angewiesen, zum Beispiel, um Punktschrift zu lesen. Um dieser Nebenwirkung vorzubeugen, kühlt sie ihre Hände und Füße während der Chemo mit Eis. Kurz darauf bekommt sie einen schweren Infekt.

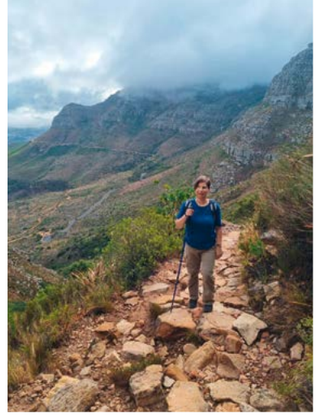
Anfang August 2026

Ich habe mich gegen eine weitere Chemo entschieden. Die letzte hat mir so viel abverlangt und sie hat rein gar nichts gebracht. Ich habe mich gefragt: Wo pack ich meine Kraft jetzt hin? In die Chemo und bin dann damit beschäftigt, Termine zu koordinieren, Blutwerte zu überwachen und mit Nebenwirkungen zu kämpfen? Oder setze ich meine Kraft ein, um meine Freunde zu besuchen und das zu machen, was mir guttut und mir wichtig ist? Und dann habe ich mich für das Leben entschieden und gegen die Chemo. Für mich ist es kein Aufgeben, sondern bedeutet, dass ich die Aufgabe annehme.

Mitte August

Ich lebe jetzt seit einer Woche im Hospiz. Ich fühle mich gut aufgehoben und es kommt mir beinahe vor, als ob hier jeder Tag Sonntag ist. Jeden Tag bekomme ich Kaffee und Kuchen, die Schwestern und Pfleger sind sehr herzlich und medizinisch bin ich hier rund um die Uhr wunderbar versorgt. Gleichzeitig weiß ich, warum ich hier bin. Ich bin froh, dass es einen Andachtsraum gibt, wo ich meine Ängste mit Gott besprechen kann.

Eine Sache ist mir hier noch wichtiger geworden. Ich habe viel Zeit mit Gesprächen verschwendet, die nicht ehrlich gemeint waren. Jetzt ist mir meine Zeit dafür zu wertvoll. Ich möchte von Herz zu Herz reden.



In Südafrika wanderte sie auf den Tafelberg – und sie nahm Surfstunden

Ich weiß, dass ein Hospizbesuch nicht einfach ist. Mir hilft es, wenn der andere sagt, wie es ihm geht, und keine Angst vor Gefühlen hat. Wenn Tränen fließen, ist das ganz normal. Und nach dem Weinen kommt so oft lautes Lachen und Aufatmen.

Mitte September

Manchmal komme ich mit den ganzen Sonntagen durcheinander. Heute dachte ich, dass man ja nur am Bahnhof Schokopudding kaufen könne, weil die normalen Supermärkte zuhaben. Dabei war nur bei mir Sonntag.

Es fällt mir zunehmend schwerer, meine Gedanken festzuhalten. Manchmal fange ich mitten im Satz an, Blödsinn zu reden. Das ist schrecklich für mich. Ich habe ein großes Kontrollbedürfnis. Ich wollte immer möglichst perfekt sein, weil mir das Sicherheit gibt. Außerdem habe ich noch einiges vor. Zum Beispiel will ich eine Liste mit Namen von Menschen machen, die zu meiner Beerdigung eingeladen werden sollen.

Klar, habe ich mir manchmal die Frage gestellt: Warum ich? Und mir gesagt, dass ich das nicht verdient habe. Aber wirklich beschäftigt hat mich die Frage nicht, weil ich wusste, dass sie mich nicht weiterbringt. Ich möchte mein Leben auch nicht eintauschen, weil ich mag, wie ich bin und wie mein Leben geworden ist. Die Verzweiflung und das ganze Schlimme gehören leider dazu.

Ein paar Menschen haben gefragt, wie wir in Kontakt bleiben, wenn ich gestorben bin. Ich habe dann immer das Gefühl, dass ich sie enttäuschen muss, weil ich denke: Wenn ich sterbe, dann lasse ich los und dann zieht es mich raus, irgendwohin in ein neues Dasein. Vielleicht besteige ich ein Surfbrett und surfe auf der Welle weiter und immer weiter und dann merke ich auf einmal, ich bin gar nicht mehr auf meinem Surfbrett, sondern ich bin selbst zur Welle geworden, die da auf dem Meer ist. Am Anfang ist da vielleicht noch Angst mit dabei, also für den Moment, in dem ich mich auflöse. Aber danach kommt ganz viel Ruhe und Frieden und Einverstandensein, dass ich Teil des großen Kreislaufs bin, Teil dieser wunderbaren Schöpfung.

Wie bereite ich mich auf das Sterben vor?

Ich ordne meine Angelegenheiten. Ich hoffe, dass es mir am Ende hilft, innerlich Frieden zu finden.

- Konflikte klären, vor allem in meinen Freundschaften und Beziehungen, damit am Ende keine letzten Worte notwendig sind, keine Besuche ganz unbedingt noch stattfinden müssen.
- Zeit mit Menschen verbringen, die mir wichtig sind und mir wirklich guttun.
- Passwörter aufschreiben.
- Regeln, wer welche Gegenstände von mir bekommt und was ich mit meinen Ersparnissen mache.
- Peinliche Schubladen aufräumen.
- Regeln, was mit meinem Tagebuch und meinen E-Mails und Briefen passieren soll.
- Liste anfertigen, wer zu meiner Beerdigung eingeladen wird.
- Festlegen, wo ich beerdigt werden möchte.

Protokoll: Katharina Müller-Güldemeister

Fotos: privat; Titelbild: Getty Images, Lux/lux-fotografie

GEWINN: NINTENDO SWITCH LITE



Mini-Konsole für unterwegs

Die „Nintendo Switch Lite“ wiegt nur 275 Gramm und hält bis zu 7 Stunden durch. Also die perfekte Begleiterin für Reisen oder den Übungsplatz.

Lösungswort September:
Himmel

Gewinnerin der Polaroid-Kamera:
Elena Teistler aus 88471 Laupheim

1 2 3 4 5

Die Teilnahme am Rätsel ist nur mit dem gedruckten Heft möglich. Das bekommt ihr bei eurem Militärpfarrer.

	3	8		6	9	1		
					2	3		
6		7						
				9		7	1	
			1	5	3			
	2	9		8				
						2		5
		2	4					
		6	7	2		9	8	

Jede Ziffer von 1 bis 9 darf in jeder Reihe, in jeder Spalte und in jedem Quadrat nur ein einziges Mal vorkommen.

fasanenartiger Vogel	beinahe		langer, dünner Speisefisch	Laubbaum, Rüster		in der Nähe von	von Wasser umgebenes Land	Zart-, Feingefühl	falls; sobald	früher als
				Dringlichkeitsvermerk					Fragewort	
für sich; eigenständig						5	jedoch, hingegen			
Rennweg; Gleisabschnitt		wirtschaftlicher Zusammenbruch		Stadt in Hessen, an der Fulda	Abkürzung für Sekunde				nicht mehr jung	Bewohner einer norddt. Stadt
	2						großer Behälter für Flüssigkeiten			
Pfeifton junger Vögel (ugs.)	Hotelboy		Schluss	zu der Zeit, während				Fettgewebe beim Schwein		Mutter (Kosename)
Herr, Kerl					1	tropischer Baum				
				stehendes Binnengewässer			3	Senke im Gelände		
munter, lebhaft		bestimmter Artikel				Hautsalbe				
				Zugmaschine (Kurzwort)				selten, knapp		4

Auflösung Rätsel September

	E	K	A	K	E			
	B	E	I	L	D	Y	N	A	M	O
	B	R	A	U	S	E		E	S	
B	E	L	A	G		L		T	E	I	G
		O		A	N	Z	E	I	G	E
	H	E	B	E	N		A		N	S
L	O	S	E		S	P	R	O	S	S	E
	E		E	G	A	L		S	T	I	L
C	H	O	R		G	A	U	L		M	L
	E		E	B	E	N		O	E	S	E

Auflösung Sudoku oben

1	8	9	5	2	7	6	4	3
7	3	6	8	1	4	2	5	9
5	4	2	9	6	3	1	7	8
3	5	4	7	8	9	6	2	1
2	9	7	4	5	6	3	8	7
6	1	7	4	3	8	9	2	5
8	6	3	2	9	5	4	1	7
9	2	5	1	4	8	3	6	9
4	7	1	3	5	2	8	9	6

* Jeweilige Providerkosten für eine SMS. Teilnahmeberechtigt sind Soldaten und Zivilangestellte der Bundeswehr. Mehrfachteilnahme führt zum Ausschluss, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. JS veröffentlicht Vor-/Zuname samt Dienst-/Wohnort des Gewinners in der übernächsten Ausgabe. Dazu speichern und nutzen wir personen- und ggf. institutionsbezogene Daten vertraulich und ausschließlich für die Abwicklung des Preisrätsels (Auslosung, Benachrichtigung, Zusendung des Gewinns ggf. durch Händler). Wir geben Daten nicht an Dritte weiter und verkaufen sie auch nicht. Mehr Infos zum Umgang mit Daten und Rechten (Widerruf- und Widerspruchsrecht) stehen auf js-magazin.de/datenschutz.

JS
DIE EVANGELISCHE ZEITSCHRIFT FÜR JUNGE SOLDATEN UND SOLDATINNEN

Im Auftrag der Evangelischen Kirche in Deutschland.
41. Jahrgang

Herausgeber:
Dr. Peter Tauber, Dr. Bernhard Felmberg, Dr. Johannes Wischmeyer, Kirsten Verbeek, Jessica Nies, Oberfeldarzt i. G. Timo Horst

Redaktion:
Leitender Redakteur: Sebastian Drescher (V. i. S. d. P.)
Redaktion: Constantin Lummitsch
Freie redaktionelle Mitarbeit: Katharina Müller-Güldemeister
Redaktionsassistenz: Reyhan Evcin, Shalini Frank
Designkonzept: Ellina Hartlaub
Grafikdesign: Lena Gerlach-Perrot, Ellina Hartlaub

Emil-von-Behring-Straße 3
60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 / 580 98-270
Telefax: 069 / 580 98-163
E-Mail: info@js-magazin.de
www.js-magazin.de
www.militaerseelsorge.de

Verlag:
Gemeinschaftswerk der Evangelischen Publizistik gGmbH
Postfach 50 05 50,
60394 Frankfurt am Main
Geschäftsführung: Direktorin Ariadne Klingbeil, Direktorin Dr. Stefanie Schardien

Marketing, Vertrieb:
Martin Amberg
Telefon: 069 / 580 98-223
Telefax: 069 / 580 98-363
E-Mail: vertrieb@js-magazin.de

Druck:
Strube Druck & Medien OHG
Stimmerswiesen 3
34587 Felsberg

Versand:
A & O GmbH,
63110 Rodgau-Dudenhofen

Erscheinungsweise monatlich
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher kann keine Gewähr übernommen werden.
Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages.

TERMINE NOVEMBER BIS JANUAR

MUSICAL-NIGHT IN TORGELOW
14.11.2026, 19:00 – 23:00 Uhr,
tinyurl.com/js-musical-torgelow

MAGISCHES UND KULINARISCHES IN DELMENHORST
28.11.2026, 19:00 – 23:00 Uhr,
tinyurl.com/js-comedy-dinner

SKIFREIZEIT IM SALZBURGER LAND I
9.1. – 16.1.2027, Alpenhaus Kesselfall,
eas-berlin.de/veranstaltungen



MAGISCHER BRUNCH IN DELMENHORST
29.11.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
tinyurl.com/js-brunch-delmenhorst

SKIFREIZEIT IM SALZBURGER LAND II
16.1. – 23.1.2027, Alpenhaus Kesselfall,
eas-berlin.de/veranstaltungen

SKIFREIZEIT IM SALZBURGER LAND III
23.1. – 30.1.2027, Alpenhaus Kesselfall,
eas-berlin.de/veranstaltungen

EINE FRAGE AN ...



ANDRÉ STACHE,
Militärseelsorgeassistent, Laage

Glauben Sie an Engel?

Bei dem Bemühen, das Leben zu meistern und den Sinn der Existenz zu verstehen, suchen Menschen Unterstützung durch Engel. In den Lehren der monotheistischen, abrahamitischen Religionen des Judentums, Christentums und Islams – also Religionen, die einen Gott verehren und Abraham als Stammvater haben – sind Engel Geistwesen in Menschengestalt, die von Gott erschaffen wurden und als dessen Boten für Menschen tätig sind.

Ich denke, dass uns Engel vorsichtiger machen und uns in schweren Stunden auch Halt geben. In der Bibel ist an fast 300 Stellen von Engeln die Rede und fast immer begleiten diese eine Aussage: „Fürchtet euch nicht!“ Kurzum: Ich glaube an Engel.

Fotos: EAS, privat

SEELSORGE

PERSONALMELDUNGEN

Eingestellt
Militärseelsorgeassistentin **Silvia Gruner,** EMilPfA Veitshöchheim.
Militärseelsorgeassistentin **Susanne Conzelmann,** EMilPfA Stetten a. k. M.

Versetzt
Militärseelsorgeassistent **Holger Tenter,** vom DEMilPfA Italien zum DEMilPfA USA I.
Militärseelsorgeassistentin **Janina Wilksen,** vom EMilPfA Osterholz-Scharmbeck zum EMilPfA Eckernförde.



Die Gottesdienste der evangelischen Militärseelsorge können eine stärkende Pause vom Dienstalltag sein – egal ob am Standort oder bei einer Übung. JS erklärt, wie die Gottesdienste ablaufen

Auftanken beim Pfarrer

Feldgottesdienst bei einer Sanitätsübung



Musik gehört dazu: Militärpfarrer Christopher Schuller bereitet den Feldgottesdienst vor

1 Der Anfang

Ein „normaler“ Gottesdienst in einer Kirchengemeinde beginnt mit Glockengeläut. Aber wenn es in der Kaserne keine Glocken gibt, tut es auch Musik aus der Anlage. Das signalisiert: Hier geht jetzt etwas ganz anderes los.

2 Begrüßung

Der Militärpfarrer begrüßt die Anwesenden und spricht ein Eingangsgebet. Das bedeutet: Jetzt ist Zeit für Gott, Geschichten aus der Bibel und eigene Gedanken.

3 Musik

Orgel, Gitarre oder Musik aus der Anlage gibt es in jedem Gottesdienst. Dazu oft Lieder aus dem Soldatengesangbuch „LebensrhYthmen“. Wer nicht mitsingen mag, hört zu. Die Lieder machen gute Laune oder helfen dabei, zur Ruhe zu kommen. Manchem ist die Musik wichtiger als gesprochene Worte. Meist sagt der Militärpfarrer an, was als Nächstes kommt oder wann man aufstehen sollte.

Fotos: Verena Brüning

Wer darf zum Gottesdienst?

➔ Alle, die wollen, unabhängig vom Dienstgrad und egal ob evangelisch, katholisch oder ungetauft. Wichtig: Niemand wird gezwungen, zum Gottesdienst zu gehen. Wer hingehen möchte, ist vom Dienst freizustellen.

Wann und wo ist Gottesdienst?

➔ Der Militärpfarrer lädt per Aushang, E-Mail oder persönlich ein. In Kasernen sind ein oder zwei Standortgottesdienste pro Monat üblich. Sie finden an den Werktagen statt und dauern meist weniger als eine Stunde. Wenn es keinen Andachtsraum gibt, werden normale Kasernenräume für den Gottesdienst umfunktioniert. Bei Übungen kann der Militärpfarrer die Soldaten besuchen – das nennt sich dann Feldgottesdienst.

4 Lesung

Jemand liest einen Abschnitt aus der Bibel vor – meist dreht sich dann die Predigt um diesen Text.

5 Predigt / Ansprache

Sie ist das zentrale Element im evangelischen Gottesdienst. Der Militärpfarrer spricht über ein aktuelles Thema und wie man damit umgehen kann. Für jede Woche sind Bibelstellen oder Bibelgeschichten vorgesehen, die helfen können, etwas zu verdeutlichen. Manchmal gibt es zur Predigt auch Bilder oder kurze Clips.

6 Fürbitte und Vaterunser

Die Gemeinde betet für alle, die Gottes Hilfe nötig haben, beispielsweise für Kameraden im Einsatz. Das Vaterunser kommt in allen Gottesdiensten vor, denn es sind die Worte, die Jesus seinen Jüngern beigebracht hat. Es wird von Christen weltweit gebetet.

7 Ankündigungen

Der Militärpfarrer informiert die Gemeinde über anstehende Veranstaltungen, berichtet von Trauungen oder Taufen von Soldaten oder auch, wenn jemand vom Standort gestorben ist.

8 Segen

Der Gottesdienst endet damit, dass der Militärpfarrer den Teilnehmern Gottes Schutz und Beistand für die nächste Zeit zuspricht.

9 Danach: Kirchenkaffee

Es gibt Getränke und meist Kuchen. Im entspannten Rahmen kann man sich mit Kameraden und dem Militärpfarrer unterhalten.



Das Vaterunser wird in jedem Gottesdienst gebetet:

Vater unser im Himmel!
Geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft und
die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

Was IHR wollt

Soldaten und Soldatinnen vom Luftwaffenausbildungsbataillon 2 sagen, was sie denken. Die drei Fragen diesmal:

1. Was ist dein Lieblingsfilm?
2. Was ist deine Lieblingsapp?
3. Was wünschst du dir von der Bundeswehr?



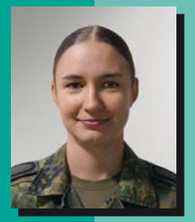
LUFTWAFFENAUSBILDUNGSBATAILLON 2

Die Soldaten und Soldatinnen vom Luftwaffenausbildungsbataillon 2 dienen an den Standorten Roth und Fürstenfeldbruck



Stabsunteroffizier (FA) **Morris (25),** Gruppenführer

1. „Oppenheimer“
2. Komoot
3. Eine praxisnahe Ausbildung und die Möglichkeit, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln



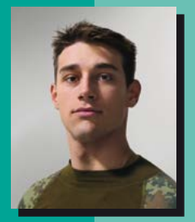
Unteroffizier (FA) **Lena (21),** stellv. Gruppenführerin

1. „Im Westen nichts Neues“ (2022)
2. Strava
3. Eine realitätsnahe Ausbildung und regelmäßige Weiterbildungen



Hauptgefreiter **Max (19),** Nachschubsoldat

1. „Top Gun“
2. RTL+
3. Eine bessere Zukunftsperspektive, auch für Wehrdienstleistende



Gefreiter **Jordan (22),** Stationsausbilder

1. Die Filme der „Rocky“- und „Creed“-Reihe
2. Netflix
3. Eine Nahkampfausbildung, die regelmäßig aufgefrischt wird



Hauptgefreite **Valentina (20),** Lehrsoldatin

1. „Marley & ich“
2. Spotify
3. Weiterbildungsmöglichkeiten als Mannschafter



Oberstleutnant **Max-Joseph (59),** Pressestabsoffizier

1. „Ein Offizier und Gentleman“
2. Rail Planner
3. Kreativität und Flexibilität beim Einsatz von Reservisten

Fotos: Bundeswehr

Gesundheitsgrundakte

Was ist das?

Die Gesundheitsgrundakte, kurz „G-Akte“, ist ein gelber Pappträger im DIN-A5-Format, in dem Informationen zur Gesundheit des Soldaten abgeheftet werden, ähnlich der Krankenakte im Zivilen. Ist der Pappträger einer G-Akte voll, wird eine „Gesundheitsakte DIN A4“ in einem Aktenordner angelegt.

Was wird eingetragen?

Ab der ersten Feststellung der Dienstfähigkeit:

- Das Formular „Bw-3535“ mit dem Namen des Soldaten, den Basisdaten, der Blutgruppe, der Personalnummer und der zivilen Anschrift.
- Alle Befunde, Arztbriefe und verordneten Medikamente und Behandlungen.
- Einlegerkarten, auf denen die Symptome bei der Anmeldung notiert wurden.

Da Truppenarzt und Zahnarzt meist eigene Anmeldungen haben, gibt es noch eine Akte, die ausschließlich Daten zum Zahnstatus beinhaltet. Für im Einsatz verletzte Soldaten wird außerdem eine „Feldkrankenakte“ angelegt.

Wer darf die Akte einsehen?

Die G-Akte ist Teil der Personalakte. Die Personalabteilung bekommt aber keine Befunde oder Gesundheitsdaten. Sie erhält nur die für die Personalbearbeitung erforderlichen Angaben wie Dienstunfähigkeiten oder zeitweise Einschränkungen der Dienstfähigkeit. Nur eingewiesenes Personal darf mit der Akte im Sanitätszentrum arbeiten. Der Soldat kann zu Behandlungszwecken aber die Frei- und Weitergabe der Daten schriftlich genehmigen, etwa an zivile Ärzte. Um Lücken zu vermeiden, sollte man in der zivilen Arztpraxis ausdrücklich sagen, dass alle Befunde an das zuständige Sanitätszentrum geschickt werden müssen.

Wo wird sie aufbewahrt?

Beim „Primärarzt“ im Sanitätszentrum, das für den Soldaten zuständig ist. Bei Abwesenheiten von mehr als drei Monaten, etwa wegen eines Lehrgangs, soll die Akte an das dortige Sanitätszentrum weitergegeben werden. Wird das vergessen, hat der Arzt vor Ort keine Informationen. Das kann zu Diskussionen führen, wenn man verschriebene Medikamente erhalten will. Wer sichergehen will, fragt vorab beim Geschäftszimmer des Innendienstleiters nach. Auch für kürzere Abwesenheit kann man die Weitergabe über den Innendienstleiter der Einheit oder im Sanitätszentrum beantragen.

Kann ich sie einsehen?

In der Regel ja. Laut Vorschrift sollte ein Arzt dabei sein. Man darf alle Bestandteile sehen und abfotografieren oder vom Sanitätszentrum einzelne Abschriften oder Kopien einfordern. Entlassene Soldaten können bei der zentralen Stelle in Andernach, dem „Institut für Präventivmedizin der Bundeswehr“ (InstPrävMedBw), Einsicht verlangen.

Kann ich die Akte mitnehmen?

Nein. Das Original verbleibt bei der Bundeswehr. Im Fall einer Versetzung werden die Akten im versiegelten Umschlag weitergegeben. Soldaten dürfen sie in der Regel nicht selbst an den neuen Standort mitnehmen. Falls doch: Aufpassen, dass das Siegel nicht beschädigt wird, um disziplinarische Ermittlungen zu vermeiden.

Was ist mit digitalen Daten?

Die Bundeswehr darf Daten nur nach den strengen Datenschutzbestimmungen speichern und versenden. Beim digitalen Versand von Befunden sind diese zum Beispiel zu verschlüsseln.

Was, wenn die Akte verloren geht?

Dann wird gesucht. Jedes Jahr ist eine Inventur vorgesehen. Akten, die nicht zugeordnet werden können, gehen an das InstPrävMedBw. Sind Daten gespeichert, werden diese Daten verwendet oder die Akte wird neu angelegt.

Was passiert damit bei Dienstzeitende?

Die Akte wird beim InstPrävMedBw eingelagert oder anders archiviert. Routinemäßig erfolgt das ebenfalls fünf Jahre nach der letzten Eintragung in der Akte. Die meisten Daten werden erst vernichtet, wenn der Soldat längst ausgeplant ist und das 90. Lebensjahr erreicht hat. Röntgenbilder bei Behandlungen nach 30 Jahren, Untersuchungs-Röntgenbilder nach zehn Jahren.



Wo findet man weitere Informationen?

- Regelung „Wehrmedizinische Dokumentation und Archivierung“: A1-800/0-4001
- Datenverarbeitung: § 29a Soldatengesetz und Europäische Datenschutz-Grundverordnung

NÄCHSTEN MONAT IN JS



Roadtrip: Mit der Familie durch die USA

Foto: Pascal Alius

JS-MAGAZIN FÜRS SMARTPHONE

JS

Holt euch die **JS-App!**
Jetzt kostenlos für Android und iOS in den Appstores.

FERNANDER GEGEN DEN STRICH



